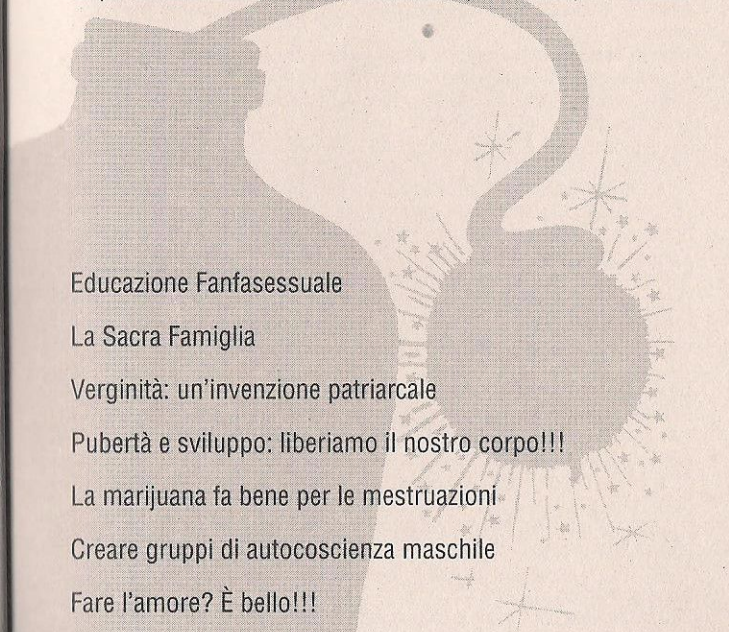
non si sono mai avute condanne; sono utili anche carte, lettere ecc., in cui insegnanti, parenti, titolari di ditte, negozianti, professionisti ecc. scrivono (naturalmente meglio su carta intestata) che il tal dei tali è «un bravo ragazzo», «un ottimo lavoratore» ecc.
Da tener presente che nei paesi piccoli è molto facile far conoscenza con il sindaco, o con qualche giovane parente del sindaco; in piú, in molti paesi ci sono sindaci democratici, del PCI o del PSI; o consiglieri comunali di sinistra facilmente abbordabili, tramite i quali le cose diventano piú facili.
Quindi, se la situazione è favorevole, si può ottenere l'iscrizione anche se si sono già avute grosse condanne penali, o *se si è minori degli anni 18.* Le uniche cose indispensabili sono: 1) la carta di identità (senza questo documento, è proibito accettare la registrazione), e 2) avere almeno 16 anni: per chi ha meno di 16 anni è una fregatura, perché non può fare mestieri girovaghi nemmeno se ha il permesso dei genitori. Un altro marchingegno molto buono, dopo un po' che si vive nel paese, è fare una dichiarazione di domicilio in Comune, e soltanto dopo un altro periodo di tempo fare la domanda di iscrizione. Naturalmente, non è che per tutti questi periodi uno debba starsene tutti i giorni nel paesotto; basta che ci vada, tenga lí delle cose sue, basta che ci siano dei compagni disposti a confermare che abita lí. Secondo la legge, uno può fissare la residenza o il domicilio dove vuole: basta annunciarlo contemporaneamente ai due comuni, il vecchio e il nuovo.
I PAESI SENZA LA POLIZIA — Per sapere in quali paesi non c'è la polizia, si può fare una operazione molto semplice. Nella città, presso il centro pubblico del telefono (SIP, ecc.), dove si vanno a fare le telefonate interurbane, ci sono (quasi sempre) le guide telefoniche di tutte le province italiane, consultabili gratuitamente e pubblicamente. Basta guardare in qualche paese dove si conosce qualcuno, o che sta vicino a delle città dove si conosce qualcuno, o dove ci sono dei gruppi organizzati di compagni. Nell'elenco degli abbonati del paese bisogna guardare le voci «Questura», «Commissariato», «Polizia», «Pubblica Sicurezza»; se proprio non c'è niente, vuol dire che quasi sicuramente non esiste nel paese una stazione di PS. Come ulteriore controllo, si può fare una telefonata alla Pro Loco, o al Comune, chiedendo all'impiegato che risponde il numero di telefono del commissariato di pubblica sicurezza (se chiedono qualcosa, tipo «a cosa le serve?», dite «per una licenza», o qualcosa del genere).
Se dove abitate voi non c'è un posto telefonico centrale con a disposizione tutte le guide, potete telefonare al servizio informazioni interurbane della società dei telefoni (di solito il numero è il 181), chiedendo il telefono della PS e della Pro Loco (o del Comune). [...]

AUTOCOSCIENZA E AUTODIFESA SESSUALE

Questo capitolo è stato rivisto e riscritto dalle donne del "Gruppo Femminista per la Salute della Donna" di Roma. Esso esprime il loro punto di vista.



Educazione Fanfasessuale

La Sacra Famiglia

Verginità: un'invenzione patriarcale

Pubertà e sviluppo: liberiamo il nostro corpo!!!

La marijuana fa bene per le mestruazioni

Creare gruppi di autocoscienza maschile

Fare l'amore? È bello!!!

EDUCAZIONE FANFASESSUALE

UN CASO ESEMPLARE: LA SVEZIA

In Svezia, paese descritto dalla stampa del sistema come ultra-libero, **l'educazione sessuale è un affare statale** tenuto sotto stretto controllo. Niente censure: ti fanno vedere tutto. Ti spiegano ampiamente i metodi anticoncezionali. A Stoccolma c'è anche il negozietto di POP-SESSO.

Ma nelle scuole, nelle università, negli ospedali **non esistono centri per avere in pratica gli anticoncezionali**, e per avere consulenza medica e sessuale:

«**Qui in Svezia il numero degli aborti è altissimo**, soprattutto tra i giovani e i giovanissimi. I ragazzi cominciano a fare l'amore a 14-16 anni ma non hanno nessun posto dove rivolgersi per una consulenza. Devono arrangiarsi da soli con lezioni e diapositive viste a scuola! In vendita libera ci sono solo i preservativi, e qui si sta facendo una grossa campagna per spiegare l'importanza di usarli. Ma è una campagna pubblicitaria! Mentre i giovani avrebbero bisogno di personale medico a loro disposizione. Il governo non ci finanzia per questo. Cosí i giovani ricorrono agli anticoncezionali solo dopo che la ragazzina ha abortito una o due volte, magari a 16 anni. Per avere la prescrizione della pillola o del diaframma, si deve aspettare a volte fino a sei mesi: qui l'assistenza medica è rigorosa e gratuita, ma insufficiente per tutti. L'unica è andare da un medico privato, che costa molto. Come possono farlo i ragazzi?» (Da un'intervista con i dirigenti dell'RFSU, associazione svedese per l'educazione sessuale, Stoccolma).

UN CASO FANFANI: L'ITALIA

In Italia, l'educazione sessuale si fa in una scuola su 10.000. Anche questa è in genere disinformata e lacunosa, spesso gestita dai preti e dai medici cattolici. Nell'opinione pubblica, nei genitori e nella maggior parte dei giovani, si è fatta strada l'idea che l'educazione sessuale sia comunque utile. Fra poco la troverà utile anche Fanfani, quando maschererà le sue furie fasciste e moralizzatrici (vedi discorso in difesa della famiglia). Le compagne femministe hanno però delle obiezioni di fondo, di metodo e di contenuti.

1) A scuola si insegna ai giovani il funzionamento della procreazione, non il piacere sessuale.

2) Il sesso della femmina è la vagina: la cavità anteriore in mezzo alle cosce dove entra il pene. Cosí dicono i medici a scuola. Ma cosa significa per la bambina che ha scoperto la clitoride, e piú per quella che non l'ha scoperta, venire informata che il suo sesso è la vagina? **Bisogna rispettare le tappe**

della conoscenza soggettiva del piacere nelle bambine e nelle adolescenti **partendo dall'esperienza autoerotica**: quella è l'educazione sessuale che in quel momento ha un legame con sensazioni e emozioni provate nella realtà. A scuola invece si insegna alle bambine il modello della soggezione, e ai bambini la conoscenza del loro sesso e l'ignoranza del sesso femminile.

Questi due punti delle compagne di Rivolta Femminile sono la base per ogni discorso di presa di coscienza sessuale femminile e maschile. L'educazione sessuale del sistema tende a controllare maschi e femmine fingendo di dare loro informazioni scientifike e obiettive.

VERSO IL CONSUMISMO SESSUALE

Una informazione non è sempre VERA solo perché è SCIENTIFIKA: **il modo come ti viene data una informazione** può darti diverse reazioni emotive, e può essere fatto in modo da nasconderti altre cento informazioni, di solito legate alla realtà pratica della vita, che **non ti vengono date o ti vengono date in modo astratto e deviato** perché sei minorenne e non hai nessun diritto sulla tua vita sessuale. Cosí bloccano la tua creatività e voglia e capacità di vivere. Fare l'amore in modo libero e felice VA IMPEDITO: perché libera energie contro ogni sistema repressivo. **Un nuovo sistema di controllo in fase di collaudo avanzato**: il consumismo visivo del sesso (giornali film pubblicità) in vista del **consumo pratico del sesso**. Scopa pure quanto vuoi, ma non cambiare i rapporti sociali tra le persone: per questo la pornografia va benissimo ormai, dappertutto, ma si processano per oscenità le pubblicazioni alternative e *under* (processo a *OZ* a Londra 1972, processo a *Oltre la gelosia l'amore*, Roma 1974).

FARTI CONSUMARE ENERGIE IN ESPERIENZE FALSE E NON LIBERATORIE È LA PROSSIMA PUNTATA DEL FOTOROMANZO DEL SISTEMA.

ALTERNATIVA: FORMIAMO GRUPPI DI PRESA DI COSCIENZA SESSUALE

Non lasciamo che ci indottrinino a scuola anche con la loro educazione sessuale! I centri psicologici e sessuali **non autogestiti saranno — quando ci saranno — un metodo di controllo sottile** e di informazione manipolata come già succede oggi nei consultori prematrimoniali (che non a caso sono ancora in maggioranza cattolici, e propagandano l'Ogino-Knaus, ovvero "Come avere figli non volendone"). L'ALTERNATIVA È CONTROINFORMARSI E CREARE GRUPPI DI AUTOCOSCIENZA MASCHILE E FEMMINILE.

1) Documentarsi su libri di educazione sessuale, confrontarli. discuterli, sputtanarne i testi ambigui o fascisti.

2) Confrontare le nostre esperienze, registrare (con registratore) i nostri incontri e usarli, dopo averci lavorato sopra insieme, come materiale di controinformazione. QUESTO LAVORO È VITALE PER LA NOSTRA LIBERAZIONE. MOLTE DELLE INFORMAZIONI SCIENTIFICHE DEMOCRATICHE SUL SESSO SONO INSUFFICIENTI O INESATTE PERCHÉ IN UNA SOCIETÀ REPRESSA GLI ADULTI E GLI STUDIOSI NON CONOSCONO LA PROPRIA SESSUALITÀ FINO IN FONDO E TANTOMENO LA LORO SESSUALITÀ LIBERATA.
3) Una proposta del convegno SEXPOL di Re Nudo (Milano 1-4 novembre 1974): APPROPRIAMOCI DEL GABINETTO MEDICO DELLE SCUOLE: di solito nelle scuole superiori il medico c'è solo una volta alla settimana. CHIEDIAMONE L'USO per iniziare dei GRUPPI AUTOGESTITI DI PRESA DI COSCIENZA SESSUALE.
BAMBINI rifiutatevi di incominciare a parlare di cose che sono **belle & serie & piene di piacere e di gioia** in modo stupido, ridicolo, volgare!!!
Non lasciatevi IMMERDARE da "notizie false e tendenziose" sparse da preti-edukatori-genitori, stronzi o ignoranti in buona e malafede!!! Riunitevi subito in gruppi, continuate a giocare, e incominciate a controinformarvi!

LIBRI DA LEGGERE E VIVERE INSIEME

***Noi e il nostro corpo*, scritto dalle donne per le donne**, ed. Feltrinelli, a sole lire 4.000 (in USA le sorelle femministe lo vendevano a un dollaro!!!). Comunque, importante da leggere, con disegni chiarissimi, scritto dalle femministe della clinica di Boston autogestita dalle donne.
La lotta sessuale dei giovani, di Wilhelm Reich, ed. Savelli, lire 1.600 (si legge in una notte e capisci il significato politico di un sacco di repressioni che subisci ogni giorno).
Sputiamo su Hegel — La donna clitoridea e la donna vaginale, di Carla Lonzi, lire 2.000, Scritti di Rivolta Femminile, Piazza Baracca 8, Milano. Un libro incredibile, bellissimo, che nessuna donna può fare a meno di leggere.
Enciclopedia dell'educazione sessuale, edizioni S. (scientifiche e specializzate educative), Roma. Progressista, l'abbiamo citata ogni tanto, di qui in poi. Potete chiederla a Stampa Alternativa, lire 5.000.

LA SACRA FAMIGLIA

Perché da sempre gli adulti nascondono ai giovani le loro esperienze sessuali?
A parte che quasi sempre sono esperienze noiose, tristi o miserabili, dare informazioni significa darti possibilità di vivere autonomamente la TUA VITA

SESSUALE: questo sarebbe il crollo della famiglia, nucleo repressivo del sistema.
Lo sfruttamento sessuale dei giovani. Mr. Reich diceva che «il punto di partenza di una politica sessuale è chiedersi: QUAL È LA RAGIONE PER CUI LA VITA AMOROSA DELL'UOMO È SEMPRE STATA REPRESSA?».
La repressione del piacere e della dolcezza che deriva dal toccarsi e dai giochi sessuali serve ad abituarti a una vita di "doveri" e di sottomissione irrazionale ai piú forti (senza mai chiederti "perché"). Ti abitua alla mancanza di VERA SODDISFAZIONE. La tua soddisfazione diventa L'APPROVAZIONE DEL PADRE-PADRONE-CAPO, invece che il piacere profondo e la sicurezza in sé stessi che dà ogni attività spontanea, creativa, che ha utilità sociale.

CASTITÀ E MATRIMONIO

I pazzi scatenati vorrebbero imporre astinenza totale come minimo dai 14 anni fino al matrimonio. «**Dai 14 ai 20 anni la potenza sessuale si manifesta nella sua massima intensità**», affermano intanto psikologi e scienziati costretti dall'evidenza.
Per sicurezza, quindi ci reprimono fin dai primissimi anni: per essere sicuri del buon risultato. Sappiamo tutti kosa vuol dire repressione sessuale nella sacra famiglia:
1) «Chiudersi in bagno, nascondersi per il diritto a un po' di piacere. Scopare in macchina, male e in fretta con l'occhio al finestrino e lei che sussulta. Oppure al freddo nella cantina di un amico. Porcoddio. Squallore e inibizioni da mettere in conto a quegli stronzi repressi dei genitori. Ci metti poi anni, a superare queste cose. Posso dire di fare l'amore solo da quando me ne sono andato di casa.» **(Maurizio, compagno di 21 anni)**
2) «Ho cominciato a fare l'amore a 15 anni: madre e padre ultracattolici sarebbero morti d'infarto a saperlo. E invece no. La storia è cosí: prendevo la pillola da un anno supernascondendo scatola e ricetta, finché mi son dovuta curare, da sola, di una vaginite. Forse spaventata, non so, da 'sta cosa, dimentico la ricetta della crema vaginale che mi aveva dato il medico tra i libri di scuola. Mia madre "mettendo ordine" la scopre. Scoppia un casino tremendo. Vogliono sapere il nome del bruto seduttore. Di seduttori, nemmeno uno, non potevo certo spiegare a loro che facevo l'amore con chi stavo bene. Cosí, invento la storia di un breve folle amore con un ragazzo tra i piú politicizzati e contestatori della mia scuola. Pensavo di cavarmela, ma per poco i miei impazziti non si rivolgono ai genitori di lui per farmelo sposare! (Io con lui non avevo mai avuto nessun rapporto...). Sono riusci-

ta ad evitare la catastrofe con la promessa di confessarmi in chiesa e di futura rettitudine.» **(Marina, 17 anni)**.

FAMIGLIA = SEMINARIO
Cosa succede al ragazzo che entra in seminario, verso i 10 anni?
«**Gesuita**: Tu non sai che trauma! Il fatto di vivere in una stessa camerata... a me è spuntato il pelo a 13-14 anni, dico ma al punto di star lí a guardare, a spiare buchi alle pareti divisorie quando facevamo la doccia, per controllare (perché non si poteva mai parlare di queste cose), controllare se quello era fatto come eri fatto tu.
— Scusa se ti faccio una domanda piú precisa: tu ti masturbarvi in seminario?
Gesuita: No! No! Pensavo al Cristo, io "venivo" al pensiero del Cristo durante la notte.
— Avevi delle polluzioni notturne?
Gesuita: Certo, è ovvio, per forza.»
("Orgasmo e incensi", *Fuori* n. 12, primavera '74)

UN RINGRAZIAMENTO A PRETI E PADRONI
Utilissima l'opera sociale dei preti che con carità cristiana hanno sporcato il sesso col loro colore preferito (il nero del terrore, delle vergogne, delle punizioni eterne). E predicando la castità, hanno alleviato le umiliazioni a letto dei compagni proletari distrutti dopo 8 ore di fabbrica...
«**Chi lavora non fa l'amore**» gridavano i compagni durante il maggio 1968 a Parigi, «Chi non lavora non fa l'amore» cantava intanto il fascista Celentano, con la benedizione di preti, frati e padroni.

IL SESSO FUNZIONA: ringraziamo i bambini di Dio e mamma Cia per averci illuminati con uno dei loro manualetti di santa vita hippy, firmati Moshe Dayan. Scopare è bello (in nome di Gesú Cristo), lo sapevi povero bambino? (I loro ritrovi, a Roma e a Milano, si chiamano cosí: «poor boy club»).

«**Dateci i primi dieci anni della vita di un bambino. Tenetevi pure il resto», un detto dei Gesuiti. Se un prete ti rompe le palle,** se un prete è un moralista, scandalizzalo subito con delle "proposte". Attenzione però: c'è il caso che ci stia!!! Allora girare l'angolo con pernacchia. Se continua a rompere, o se è un prete sfruttatore di minorenni (di quelli che nei collegi ti richiedono prestazioni omosessuali) prendi una carta da bollo e scrivi l'immancabile denuncia (vedi manuale di autodifesa legale).

GENITORI REPRESSI NONCHÉ MANIACI SESSUALI
Questo fatto ce l'ha scritto Mirella, 15 anni: «... i miei sono separati da molto tempo. Non ho mai ricevuto una vera educazione sessuale. Mia madre mi ha sempre creato dei problemi perché frequentavo ragazzi piú grandi di me. Anche se non avevo buoni rapporti con lui, un giorno sono andata a trovare mio padre. Dopo una squallida giornata mi sono ritrovata sola con lui a casa sua e mi ha costretta a baciarlo. Non ho avuto la forza di reagire subito, ma appena ho potuto sono scappata via. Dopo qualche giorno mia madre mi ha detto tragicamente che doveva parlarmi: mi ha fatto vedere una lettera di mio padre che diceva: "Mirella mi ha quasi aggredito sessualmente, non la condanno perché lo stesso Freud ha detto che il primo amore della figlia è verso il padre". (Io personalmente ho trovato scioccante il contatto con lui). Sono stata sgridata per il mió inspiegabile comportamento e la colpa è stata data alle mie losche amicizie!!!».

PORCONI REPRESSI IN OGNI CLASSE SOCIALE
Alcune testimonianze su migliaia. E non tra le piú drammatiche, nemmeno quella di Mirella. Un giornale dei padroni denuncia: «*Mi presento spontaneamente per avere aiuto. Mio padre, da quando avevo 12 anni, mi usa violenza (sessuale), mia madre lo giustifica dicendo che è malato*».
È una delle tante richieste che ogni giorno riceve il Centro di tutela minorile a Torino. «Enzina, una tredicenne, viene abitualmente minacciata dal padre col coltello... la sorella maggiore di due anni, è sottoposta a visita ginecologica per accertarne la verginità... Per molti padri l'amore si identifica con il possesso, la gelosia, quando non con il sesso.» (*La Stampa*, Torino, 12/6/1974)

AUTODIFESA: CAMBIAMO LA SOCIETÀ
Pornografia, maniaci sessuali, sadomasochismo (cioè l'assurdo piacere ottenuto dal dare o subire cose negative e dolorose perché SEMPRE si è stati cosí repressi che quello rimane l'unico canale psichico di soddisfazione). Derivano da un'organizzazione che teme il potere liberatorio del piacere.
Una società che non permette all'uomo di evolversi, di conoscere e autoregolare i suoi istinti. Costretto a sotterrare, rimandare, deviare, sublimare (nella pittura, nell'arte, nei film, nella kultura), l'uomo rimane uno scimmione per di piú nevrotico, che appena può scatena le sue energie sessuali represse sotto forma di aggressività e voglie violente.
In questo gioco la donna è la preda (o la merce quando il gioco è piú "civile"). Una ragazza non può uscire sola come un uomo, non può viaggia-

re tranquilla in autostop, non può camminare in zone solitarie senza essere pronta a fronteggiare situazioni rompiovaie. Al cinema e in autobus ti toccano il culo, ti danno fastidio e appena ti vedono sola e un po' timida, minimo trovi qualcuno che esibisce il suo cazzo davanti a te...
I genitori, difensori della moralità quando ti vedono abbracciata con un ragazzo, se racconti un'esperienza spiacevole non sanno fare altro, 80 volte su 100, che dare la colpa a te.

IN USA E G.B. SONO NATI I CENTRI CONTRO LA VIOLENZA ALLE DONNE

«In America e in Inghilterra esistono centri per dare aiuto legale, medico e psicologico alle donne che sono state violentate, o hanno subito minacce o molestie. I primi "Rape centres" — si chiamano cosí — sono nati in USA. Tutto quello che so è che a un certo punto qualche donna negli Stati Uniti si è stufata di non poter uscire di casa senza correre il rischio di venir da molestata a violentata e cosí si sono messe insieme. Un centro in America di cui ho l'indirizzo è il Centro in Seattle — UW YWCA — Rape Relief 4224 University Way, N.E. Seattle — Whashington 98105; telefono 6324795.
Una cosa che viene fuori, frequentando questi centri (io personalmente ho frequentato le prime riunioni per la fondazione di un Rape Centre a livello nazionale in Inghilterra), è che si incontrano donne assolutamente normali, come aspetto esteriore, attività, intelligenza, cioè non eccessivamente provocanti né eccessivamente frustrate, che ti raccontano storie allucinanti sulle violenze che hanno subito spesso dal padre e dai fratelli.» (Carmela, una compagna di Stampa Alternativa che ha lavorato sei mesi al "Release" di Londra)

VERGINITÀ: UN'INVENZIONE PATRIARCALE

«In passato l'uomo era portato per tradizione a dare eccessivo valore sentimentale e morale alla verginità. Ma nell'operare la deflorazione l'uomo si dimostrava spesso molto sprovveduto, agendo senza la necessaria delicatezza.» (dall'*Enciclopedia dell'Educazione Sessuale*)
Deflorazione: parola poetika (? ! !) per "rottura dell'imene" durante il primo rapporto spesso inesperto e aggressivo. Alternativa: vedi dilatazione dell'imene e rapporti caldi, dolci, senza fretta.
ILLIBATEZZA: altra parola, come *verginità*, inventata per controllare-reprimere-consegnare **intatta la merce-ragazza** all'acquirente-marito, che vuole essere sicuro di **usarla** per primo. Aggiungi addobbi, purezza, fiorellini bianchi e ottieni il famoso "**dono d'amore**" cattoliko-borghese.

VERGINITÀ PER *CIAO 2001*

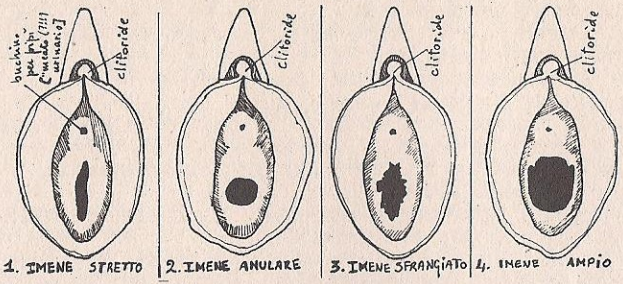
«Caro Psic, il nostro piú assillante problema riguarda l'illibatezza... Noi vorremmo avere dei rapporti completi con i nostri ragazzi ma siamo condizionate dall'ambiente che ci circonda...»
R.: «Abbiate pazienza, studiate, riflettete. Secondo me siete sulla buona strada. Non forzate i tempi».
(Lettera di due sedicenni al giornale di pop-sacrestia *Ciao 2001*, nella rubrica avanzata "Psicologia e Psicanalisi", 13-2-'72. *Ciao 2001* è l'unico settimanale italiano per giovani, specializzato in musica pop. Da 30 a 100 mila copie secondo i periodi di fortuna. Democristiano, con qualche goffo tentativo di copertura a sinistra, super-servitore dei padroni della musica)
Maria vergine in California
«Caro dottor Hip-pocrate, ho fatto dei giochi sessuali con le dita infilate dentro la vagina. Sarò ancora vergine?»
Risposta: «... vergine al 100% è stata dichiarata solo una persona nella storia dell'umanità: una certa Maria (vedi tradizione cattolica). Portata ad esempio ai giovani del mondo occidentale per aver fatto un figlio senza rapporti sessuali». (Da *Dear doctor Hip-pocrates, Consigli che il vostro medico di famiglia non vi ha mai dato*, del dott. Eugene Schoenfeld, New York 1968, non ancora tradotto)

L'IMENE NON È UN MARCHIO DI QUALITÀ

Imene: particolare tecnico: di solito richiesto nell'acquisto della donna scopo matrimonio. Per le ragazze non in vendita nei cataloghi familiari: l'imene è una piccola membrana elastica che chiude solo in parte l'entrata della vagina.
Ogni donna ha una forma diversa di imene, come si vede nell'illustrazione a pagina seguente. In casi **molto rari** l'imene chiude **del tutto** l'ingresso della vagina: allora il medico lo può aprire facendo una piccola incisione senza dolore, in anestesia locale; come fa con l'uomo, quando deve incidere il "frenulo" del pene se è troppo corto (nell'uomo il "frenulo" — simile a quello sotto la lingua — regola la mobilità del cappuccio di pelle che protegge la punta del pene). Nei casi normali l'imene ha un'apertura.

Se ti guardi con uno specchio. Nei disegni 1-2-3-4 vedi alcuni tipi di imene. Nel disegno 4 l'apertura è già abbastanza ampia per natura da permettere rapporti senza deflorazione: in casi come questo la "verginità" non si può mai controllare. Ognuna di noi ha un'apertura dell'imene diversa, non certo fatta in serie. Guardarsi allo specchio allargando le gambe e le piccole pieghe sotto i peli (grandi labbra) e toccarsi con le dita per vedere quanto

l'imene è dilatabile è un modo di sapere come siamo fatte, superando pudori e vergogne.



PRATICA ALTERNATIVA: DILATAZIONE DELL'IMENE

Facciamo rimangiare a padri & padroni il terrore che da sempre le donne hanno avuto di **essere sverginate!** Toccandosi con un dito e introducendo piano e con giochi sessuali si può allargare l'imene con dolcezza. È un modo giusto di conoscersi e abituarsi prima di fare l'amore, cosí nel primo rapporto sessuale non ci sarà un trauma psicologico e neanche fisico: **il pene potrà entrare nella vagina senza nessuna violenza**.

Quando riesci a entrare facilmente nella vagina con un dito, e a introdurlo fino in fondo, senti qualcosa di morbido e rotondo che chiude: è **l'utero che sporge nella vagina con una rotondità** ("collo dell'utero").

«Se hai l'imene rotto non sei vergine»: non è vero, è una grossa cazzata. Dal paragrafo 53, p. 38 dell'*Enciclopedia educaz. sess.*, ed. S., Roma: «Risalendo nella storia notiamo che la verginità ha avuto valore fluttuante e che presso alcuni popoli non è stata e non è un merito. Essa vorrebbe simboleggiare "purezza": una virtú che non può tuttavia essere garantita dalla semplice integrità (= non rottura) dell'imene, come se si trattasse di un marchio di qualità... Esistono diversi tipi di imene, tanto che, notoriamente, alcune prostitute che lo hanno stretto ma molto elastico recitano per anni la parte di vergine».

In alcuni casi infatti l'imene molto elastico si richiude in parte dopo i rapporti. In altri casi l'imene è già aperto di per sé, cosí che **non si può dire se una ragazza è "vergine" o no**.

ATTENZIONE! Usare queste informazioni scientifiche contro i genitori PIG e chiunque osa ancora parlare di "verginità". Spaccare la faccia a chiunque parla di "prova di verginità".

Contro genitori laidi e maniaci che minacciano visite di controllo, fare esposto o denuncia (vedi manuale autodifesa legale).

Attenzione ai kompagni stronzi: mentre nel mondo borghese sei additata come BAMBINA-PUTTANA se non sei piú vergine, fra gli stessi compagni a volte ti viene creata una situazione di inferiorità se il tempo delle tue esperienze non ti ha permesso di fare l'amore. Non farti condizionare: scegli il tempo e la persona che ti piace e manda a cagare gli altri! ! !

FARE L'AMORE LA PRIMA VOLTA FA MOLTO MALE?

No, non è vero! Però succede spesso e dipende dal non sapere certe cose, dalla tensione e dalla paura. Genitori reazionari e preti raccontano molte palle e cercano di spaventarti!

— **Ho paura di fare l'amore: sentirò male?** (domanda di molte compagne minorenni)

R.: *Fare l'amore è sempre drammatico quando si sceglie un maschio aggressivo-sciovinista o mistik-intimista.* **Se l'amore si fa insieme** *a caldo e con tenerezza, il corpo e gli organi sessuali femminili si rilassano, l'esterno e l'interno della vagina si inumidiscono per lasciare entrare il pene facilmente.*

Giocare insieme è la parte piú importante: per questo è vitale trovare un posto tranquillo. All'amore completo ("coito") è inutile arrivare a tutti i costi: non è una prova di virilità o emancipazione, ha senso solo quando ne hai voglia e ti fa piacere. Anche se la prima volta è stata un totale fallimento & delusione, a fare l'amore si impara, tra fratelli e sorelle, con dolcezza e sempre piú liberamente.

Quando l'imene si dilata o si rompe, esce sangue?

Non sempre, se si arriva al rapporto gradualmente. Chi ha l'imene piú chiuso e resistente potrà avere qualche goccia di sangue. Di solito il sangue è inesistente o poco, come quando ci si taglia superficialmente un dito. Nel caso fosse di piú (raro), portare cotone o fazzolettini di carta.

NON DIMENTICATE CHE POTRESTE RESTARE INCINTE!

BASTA CON LA DISCRIMINAZIONE: anche l'uomo ha un "imene"

Può succedere anche all'uomo:

«Stavo facendo l'amore e quando sono venuto ho sentito male e ho visto del sangue. Non capivo, e mi sono spaventato: per poco svenivo! Poi ho

visto che si era lacerato un po' il cappuccio del mio pene. Per fortuna lei è stata brava e mi ha medicato con un po' d'acqua tiepida e cotone. Poi ho scoperto che è una cosa che succede a molti: ad alcuni le prime volte, ad altri magari dopo molto che fanno l'amore.» (Marco, 20 anni)
Per evitare questo, in alcuni popoli si usa "circoncidere", cioè togliere con una piccola incisione il **prepuzio**, cioè il **cappuccio di pelle** che protegge il **glande** (la parte rotonda alla fine del pene). Da bambini e ragazzi il cappuccio a volte non è abbastanza aperto, quindi non corre su e giú con facilità e dà fastidio quando il pene è duro ed **eretto** (in **erezione**). Questo può anche rendere doloroso per l'uomo fare l'amore. Si risolve però di solito con le esperienze di masturbazione «durante le quali è raccomandabile di esporre il cappuccio a maggiore dilatazione con lenta progressione». (*Enciclopedia di ed. sess.*, p. 52)

I COMPAGNI VERGINI
Allora l'uomo ha un "imene"! Altra dimostrazione della violenza e del plagio ai danni della donna. Tabú e terrorismo sono stati inventati solo per la piccola innocua membrana che protegge l'ingresso della vagina e va dilatata per fare l'amore, quando NELL'UOMO ESISTE LA STESSA COSA: un cappuccio di pelle elastica che protegge il pene e va dilatato per fare l'amore.
Come alla donna può succedere che l'imene si rompa, perdendo un po' di sangue, cosí può succedere all'uomo. La differenza sta solo nel cervello bacato e sciovinista dell'uomo falso, e dominatore patriarcale.

MA LA DONNA PUÒ RIMANERE INCINTA, L'UOMO NO...
Che il tabú dell'imene intoccabile sia nato per difendere la donna adolescente da gravidanze indesiderate, è **tutto da dimostrare**. Di fatto, è invece **una questione di proprietà**: quando la donna è sposata magari anche a 14 anni può fare 10 figli e 20 aborti, chissenefrega? Rimane il fatto che: «GLI ANTICONCEZIONALI SONO UN RIMEDIO DEL DIAVOLO» (Paolo VI).
Cosí, per generazioni, la donna ha subito violenze fisiche e psichiche, è stata tenuta prigioniera, il suo corpo è stato controllato, venduto, usato... cosí per generazioni il problema figli è stato un ricatto per terrorizzare lei, e per tenere occupata la classe proletaria a sfamare un sacco di bambini lavorando per i padroni.
PORCI DI OGNI GENERE E CLASSE SOCIALE HANNO INFLITTO SOFFERENZE ASSURDE A INTERE GENERAZIONI DI GIOVANI PER MANTENERE UNA ORGANIZZAZIONE SOCIALE DI SFRUTTAMENTO. MA GLIELA FAREMO PAGARE...

"HO LE MIE COSE": LE PRIME MESTRUAZIONI
Dette anche "cose", "flusso", "ciclo" o "regole" (sono infatti regolari, ogni 28/30 giorni). Compaiono a tutte le ragazze tra i 10 e 15 anni, nel periodo dello "sviluppo" o "pubertà", quando tutto il corpo si trasforma e cresce: si forma il seno, la vita si assottiglia, i fianchi sono piú rotondi, e crescono i peli sul pube (zona sessuale) e sotto le braccia. Anche sul seno, attorno al capezzolo, può crescere qualche pelo. Cosí si può avere molta peluria sulle gambe. Ma i peli sono erotici!
Se le mestruazioni sono irregolari: se saltano ogni tanto per qualche mese, non c'è da preoccuparsi. Se per due o tre anni continuano molto irregolari, o dolorose, oppure se non ti sono venute ancora dopo i 15 anni, meglio farsi vedere da un ginecologo o in un centro AIED o AED.
In ogni kultura maschilistica sono state inventate le cazzate piú razziste sulla impurità della donna nei giorni delle mestruazioni: ebrei e indiani ancora oggi non lasciano entrare nei templi le donne con mestruazioni.
Invece: il sangue mestruale è detergente per la vagina.
Con le mestruazioni si può fare benissimo l'amore.
Con le mestruazioni si può fare bagno & doccia tiepida.
Lavarsi all'esterno va bene, far lavande interne no.
Perché esce sangue? Per capire il fatto, ricordare che il sangue porta nutrimento a tutte le cellule.
Sangue e filamenti espulsi con le mestruazioni sono il **nutrimento** preparato ogni mese **dall'utero per l'uovo**, nel caso che venga **fecondato** dal seme maschile. Questo può succedere facendo l'amore completo in un periodo fecondo per la donna: se il pene lascia uscire lo sperma, liquido che contiene i semi/spermatozoi, all'interno della vagina, gli spermatozoi salgono nell'utero e poi nelle tube per incontrare l'uovo: se **uno di loro** incontra l'uovo, la ragazza rimane incinta.
Ecco perché le mestruazioni smettono se una donna è incinta: l'uovo si è "annidato" nell'utero per nutrirsi e trasformarsi in futuro bambino. **Normalmente**, quando non c'è stata fecondazione, l'utero lascia uscire il nutrimento inutilizzato per prepararne dell'altro. Cosí ogni mese. Ma il ciclo può saltare per motivi diversi dalla gravidanza: cambiamento di stagione, stanchezza, debolezza, viaggi lunghi, depressione, dopo aver preso la pillola.

Dalle prime mestruazioni in poi puoi rimanere incinta: se ti succede senza che lo desideri, puoi abortire entro i primi 2/3 mesi con un piccolo intervento: il medico raschia via l'uovo annidato nell'utero (raschiamento). Sull'abor-

to, intervento semplice e senza pericoli se fatto da un medico, ci hanno sempre ricattate e terrorizzate.

Questo ultimo paragrafo, sottolineato, è stato condannato dal Tribunale di Roma per «incitamento a commettere reato» (aborto).

AUTODIFESA: LIBERIAMO IL NOSTRO CORPO!
Per liberarci da tutte le sensazioni di inferiorità e di fastidio che ci hanno buttato addosso, e riconoscere i nostri poteri positivi di donne, uniamoci a gruppi di AUTOCOSCIENZA FEMMINISTA, creiamo gruppi di AUTOCURA come hanno fatto le sorelle in America: hanno formato piccoli gruppi di autocoscienza del corpo, spesso con l'aiuto di una compagna-medico. A Boston è stato organizzato un grande centro medico autogestito da donne (vedi *Noi e il nostro corpo*).

BASTA CON LE MESTRUAZIONI DOLOROSE
Piú del 50% delle ragazze soffre di tensioni, dolori, nausea, capogiri nei giorni prima e durante il flusso. Eppure da un punto di vista fisico non ci sono motivi per cui le mestruazioni siano dolorose! Infatti la prima mestruazione non è mai dolorosa (proviamo a ricordare...). Allora cosa succede DOPO la prima mestruazione?
Tre testimonianze:
1) «*Quando ebbi la prima mestruazione mia madre mi trascinò in bagno e mi disse brontolando: "Ora puoi avere bambini, sarà bene che tu stia attenta". Io non riuscivo a capire a cosa dovevo stare attenta.*»
2) «*Avevo chiesto dei libri sul sesso ai genitori — stupidamente, invece di controinformarmi io — e me li ha consegnati mio padre; il superintellettuale aperto, che però non ha saputo rinunciare a una battuta stronza. Ho capito in un flash come è profonda la mancanza di rispetto per chi è minore o donna.*»
3) «*Quando ho avuto le mestruazioni e ho superato l'imbarazzo di dirlo a mia madre, l'unica cosa che ha saputo dirmi è di smettere di fare il maschiaccio e di stare attenta a come mi comporto coi ragazzi.*»

LA MARIJUANA FA BENE
Se soffrite di crampi durante il periodo mestruale, potete ricorrere a varie soluzioni: vi possono aiutare un farmaco, avere un orgasmo, sollevare le

ginocchia fino al petto, una borsa di acqua calda. Si dice che la marijuana aiuti a mitigare i crampi (da *Noi e il nostro corpo*, p. 37).
I massaggi ai fianchi e ai reni, diverse volte al giorno per 10/20 minuti, sono incredibili. Facciamoceli anche l'una all'altra: aiutano a rilassarci e a conoscere meglio il nostro corpo.
Fare yoga elimina lo stato di tensione psicofisica che moltissime donne sentono durante il periodo delle mestruazioni, e che è di origine psicologica, perché non esistono reali motivi fisici che possano causare crampi o dolori piú o meno forti. Se si fa respirazione, rilassamento e alcune posizioni ogni giorno, i cambiamenti fisici e psicologici che succedono sono proprio magici (basta evitare lo sballo mistiko).

FRATELLI AUTOGESTIAMO IL NOSTRO CORPO
Stanno nascendo a Milano e a Roma i gruppi di autocoscienza maschile: fratelli e compagni è ora che ci troviamo a parlare in modo alternativo dei nostri problemi invece di tacere o sghignazzarci sopra! È ora di spazzare via tutte le false idee di "virilità", di chi è piú o meno "potente", di "quante me ne sono fatte", è ora di rifiutare crisi e angosce di non saper "scopare".
Le prime eiaculazioni: è la solita parola scientifica per dire **le prime volte** che a un uomo **succede di "venire"**. Questo fa parte dello sviluppo sessuale maschile, che avviene tra i 10 e i 15 anni insieme alle altre trasformazioni del corpo e alla crescita dei peli e della barba, e al rafforzarsi della voce. Può anche succedere di "venire" dormendo, durante un sogno erotico: questo i soliti "scientifici" paranoici e repressi l'hanno chiamato "polluzione notturna". Toccandosi oppure durante un sogno erotico, succede la stessa cosa: ci si eccita e nel momento del piacere piú alto, dal pene spruzza un liquido — lo sperma — che contiene i semi vitali.

***WET DREAMS*: SOGNI BAGNATI**
Se ti succede di notte, quando ti risvegli da un sogno erotico autogestisciti l'imbarazzo di trovarti un po' bagnato. Se hai una reazione di fastidio **mettila in conto-spese** ai genitori stronzi e repressivi. Quando poi fai l'amore scopri che anche le sensazioni di bagnato sono erotiche: fanno parte del misterioso incredibile trip del PIANETA CORPO UMANO.

***Wet dreams* sono orgasmi spontanei.** Sono i sogni erotici, i dolci sfoghi e dolci viaggi maschili e femminili fuori di una realtà che mica sempre è dolce... Ma a che cosa serve vivere se non cerchiamo di realizzare i nostri sogni, quelli piú morbidi e belli?

Wet dreams Film Festival: con questo nome sono stati organizzati due underfestival di film erotici ad Amsterdam (l'ultimo nel '71) dalla sessorivista liberata *Suck!* (*'Succhia!'*) e da folli *freaks* internazionali: giorni di pazzo amore libero non solo sullo schermo.

GIOCHI EROTICI E CONTROLLO DEI GENITORI

Nella pubertà la carica sessuale diventa molto forte, ma proprio allora il controllo dei genitori e aguzzini vari si fa molto stretto: non sono piú possibili neanche i giochi erotici di quando si era bambini.
«L'erezione spontanea del pene è frequente, il bisogno di soddisfazione sessuale è spesso molto forte. In mancanza di occasioni piú libere, la si ottiene con semplicità, manipolando il pene. Durante tale massaggio, la mano esercita una certa pressione sull'organo in modo che il prepuzio (cappuccio di pelle) scopre ritmicamente il glande (la punta del pene) fino all'orgasmo.» (*Enciclopedia di educazione sessuale*, ed. S., Roma).

LA PRIMA VOLTA CHE HO FATTO L'AMORE

Ecco due documenti di compagni che dimostrano come anche "per i maschi" la situazione è dura e ti scasina l'adolescenza.
1) «Tutti mettono in giro questa stronza idea di maschio superchiavatore. Io so che un sacco di miei amici sono nei casini e si pongono problemi assurdi sulla prima scopata che non hanno ancora fatto. C'hai una paura boia di non saper come fare, di far la figura dello scemo.» **(Luciano, 14 anni)**
2) «A me è successo a 16 anni con una ragazza straniera al mare. Chiaro che sono venuto subito, prima ancora di entrar dentro. Sarei morto di vergogna, anche perché non eravamo nel solito posto di merda dove si deve fare tutto in fretta, ma ero in camera sua. Per fortuna lei è stata tenera, abbiamo parlato, e lei mi ha detto che dovevo imparare.» **(Mario, 16 anni)**
Dopo lo sviluppo, l'uomo è in grado di avere rapporti sessuali completi. **Da questo momento l'uomo è fertile**: ogni volta **che fa l'amore con rapporto completo può METTERE AL MONDO UN BAMBINO. Se non sei un fascista, la scelta è chiara**: o fai l'amore solo con carezze, o usi un preservativo LIBERATO (è liberato se lo usi tranquillamente, e ti accorgi che non è un fastidio cosí grosso). È sempre importante parlarne prima insieme: può darsi che lei usi la pillola o il diaframma.

TOCCARSI È PROIBITO

Pericolo: masturbazione! «L'atteggiamento degli adulti nei confronti della masturbazione giovanile è sempre stato contraddittorio; giunti alla maturità, si vuole dimenticare di aver avuto le stesse necessità, di aver provato gli stessi stimoli e di averli soddisfatti nello stesso modo... Alla fine del secolo scorso gli adolescenti, e specialmente quelli della "buona società" (NOTA: cioè la futura classe dirigente da formare), vivevano in un clima di vera persecuzione. Si giunse a fabbricare gabbiette metalliche nelle quali venivano imprigionati i genitali dei ragazzi prima che si coricassero, per impedire che si toccassero... » (dalla *Enciclopedia dell'educazione sessuale*, edizioni S., Roma).
Con sadica falsità i nazi-adulti repressi minacciavano al peccatore che si masturbava: malattie orribili, cecità e perfino la morte! Ci volevano minacce terribili e oscure per riuscire nel loro folle intento repressivo: a un ragazzo giovane non si riesce tanto facilmente a darla a bere (come succede a volte con le ragazze).

SMETTIAMO DI AVER PAURA DELLA VITA

«Perché la morale borghese si realizzi nel comportamento, è necessario fissare nell'individuo delle inibizioni sessuali. I genitori iniziano questo addestramento soffocando la sessualità dei lattanti e preparando in questo modo il terreno per dopo. La repressione della sessualità genitale degli adolescenti ne sarà facilitata, perché essa è già associata a sentimenti di colpa conseguenti alla repressione della masturbazione infantile. La via verso una sana vita sessuale degli adolescenti è quindi sbarrata da ostacoli interni ed esterni. Gli ostacoli esterni sono le difficoltà materiali che incontrano i giovani quando hanno voglia di fare l'amore: trovare una stanza, procurarsi mezzi anticoncezionali, e cosí via. Inutile insistere sul ruolo dei genitori in questa faccenda. Quanto agli ostacoli interni, essi sono costituiti da blocchi psicologici che possono giungere fino alla soppressione della percezione dei bisogni sessuali (come avviene per esempio in molte adolescenti).»
(Michel CATTIER, *La vita e l'opera di Wilhelm Reich*, ed. Feltrinelli, p. 99)

TOCCARSI È BELLO! ! !

Moltissime ragazze non si "toccano" mai o lo fanno con ansia e vergogna. Ma il corpo si autodifende e ha bisogno di dolcezza e di piacere: liberiamoci dal SENSO DI COLPA che ci hanno inculcato e impariamo a dare piacere IN MODO COSCIENTE AL NOSTRO corpo.

Abbiamo il diritto di carezzarci e farci carezzare con dolcezza. Il punto piú sensibile e piú tenero del corpo della donna è la nostra CLITORIDE: molte donne e molte ragazze non lo sanno piú, se lo sono dimenticato! — da

bambine lo sapevano, ma sono state sgridate e represse in modo efficiente — non toccarti lí! È peccato, è una brutta cosa... ti dò due sberle...

Se ti tocchi o ti fai toccare subito in alto, tra le gambe, trovi la clitoride. Accarezzandola — è piccola e rotonda, e quando si eccita si ingrandisce in modo simile a un piccolo cazzo maschile — nasce una sensazione di piacere e di calore che se continui e ti lasci andare diventa piú forte fino ad aprirsi nel grande fiore dell'orgasmo e nella morbida pace che segue.
Attenzione: tutto questo è considerato dagli adulti PECCAMINOSO E SCONVENIENTE.
Per terrorizzarci meglio hanno anche inventato il solito nome scientifico: MASTURBAZIONE. Ma toccarci è solo TOCCARCI: per trovare gioia e rilassamento, per scambiare dolce energia tra i nostri corpi.

LA PRESA DI COSCIENZA FEMMINISTA

Solo con la presa di coscienza femminista molte donne hanno avuto il coraggio di dire a sé stesse e all'uomo che provano piacere solo in quel punto. Le donne hanno scoperto che l'organo principale fonte dell'orgasmo è la clitoride e non la vagina; è caduta cosí la mistificazione (a cui papà Freud e papà Reich avevano messo l'ultimo puntello "scientifico") che blaterava dell'esistenza di due orgasmi (uno clitorideo-infantile, l'altro vaginale-maturo) e li contrapponeva. La contrapposizione si basa sull'ambiguità derivante dal fatto che durante il coito (specialmente nella posizione in cui l'uomo sta sopra e la donna sotto) la clitoride non viene stimolata direttamente come durante la masturbazione e la manipolazione. Oggi è ormai chiaro (anche scientificamente) che anche durante il coito il punto centrale della sensibilità sessuale è la clitoride, la quale viene stimolata indirettamente poiché a causa dell'eccitazione sia la clitoride che le piccole labbra si gonfiano, e le piccole labbra si tendono e si rilassano ritmicamente a seguito del movimento del pene nella vagina. Dato che le piccole labbra formano come un cappuccio sulla clitoride, muovendosi avanti e indietro la stimolano. Ecco svelato il mistero dell'orgasmo vaginale! Non esistono orgasmi vaginali e orgasmi clitoridei, ma orgasmi sessuali! Dall'autocoscienza e dagli studi sul sesso si è anche scoperto che le donne che raggiungono l'orgasmo durante il coito sono molto poche. Questa cosiddetta "frigidità femminile" o scarso desiderio sessuale delle donne sono stati completamente negati dalla scoperta che la potenza orgasmica femminile è molto maggiore di quella maschile. Ciò dipende dal fatto che l'orgasmo nella donna è separato dalla funzione riproduttiva, a differenza dell'uomo.

La clitoride (che per alcuni aspetti è simile al pene) ha l'unica funzione di ricevere e trasformare gli stimoli sessuali. Questa scoperta ha ribaltato completamente una delle tesi maschiliste piú importanti, e cioè che la sessualità femminile fosse legata alla procreazione e quella dell'uomo no. È vero proprio il contrario, come per ciò che riguarda la potenza sessuale femminile e maschile! ! !
Le donne possono avere molti piú orgasmi degli uomini nel medesimo tempo, e senza mettere in ballo la procreazione! ! !

Toccarsi è un modo di conoscersi. Certe volte la donna quando fa l'amore ha un piacere solo psicologico: perché tenta di sintonizzarsi sull'orgasmo dell'uomo (quando lui viene). Ma questo è negativo se è l'unico piacere che la donna **si sforza di raggiungere**. Le sorelle femministe hanno denunciato questo pericolo alla donna: se il piacere è solo "in funzione" dell'uomo e non è esperienza fisica reale e autonoma, favorisce nella donna atteggiamenti succubi, dipendenti, passivi. Carezzarci, scoprendo dove e come ci si eccita e ci si dà piacere, è il modo piú libero e piú dolce di fare l'amore.
L'AUTOEROTISMO MASCHILE E FEMMINILE È UN DIRITTO AL PIACERE CHE CI PRENDIAMO. IL CORPO È NOSTRO! CALCINCULO A CHI CE LO VUOLE CONTROLLARE RENDENDOCI ROBOT INFELICI INCAPACI DI SENSAZIONI.

FAR L'AMORE? È BELLO!!

SMASCHERIAMO IL COMPORTAMENTO INCIVILE DEI PAESI "CIVILI"

Ragazza A — *Un grande torto dell'uomo è quello di considerare la donna... di dire che la donna non può avere rapporti con un altro uomo prima di essere sposata, invece l'uomo con altre donne prima di essere sposato li può avere dei rapporti e non deve confidare nulla alla moglie quando si sposa, invece la donna deve confidare, è il suo dovere, dire tutte le sue cose intime all'uomo.*
Ragazza B — *Ma che dovere, oh!*
Ragazza A — *Secondo gli uomini sí.* (da ***Scritti di Rivolta Femminile***)
Per l'uomo inteso come maschio, la seduzione di quante piú donne è possibile, l'adulterio anche dopo sposato, sono considerati segno di vitalità virile (nelle classi proletarie) e di fascino (in quelle aristocratico-borghesi). Per la ragazza invece, l'adulterio e il lasciarsi sedurre sono segni di vizio, poca serietà, peccati sociali e religiosi gravissimi. Qualche ingenuo potrebbe pensare che questa invenzione, questo gioco sociale basato sulla repressione della donna, serve per difendere la donna da gravidanze indesiderate. Ma si verificano alcuni fatti contrari: 1) l'uomo cacciatore se ne frega delle conseguenze delle sue scopate: se la donna rimane incinta, cazzi suoi... 2) dopo sposata la donna può mettere al mondo, sfiancandosi, col pericolo della salute e della vita, anche piú di 20 figli, e fare un numero imprecisato di aborti in condizioni di igiene tali da rischiare ogni volta la vita, a meno che abbia dalle 200 carte in su da sborsare a un ginecologo avvoltoio del sistema.

NON LASCIAMOCI FREGARE DA PAURE E INIBIZIONI

Il rapporto sessuale in sé stesso, visto che era una delle cose piú naturali e piú piacevoli, è stato ricoperto da tonnellate di terrori, vergogne, inibizioni per fare in modo che non avvenisse troppo facilmente fuori dagli schemi sociali (matrimonio).
Trovare un posto dove fare l'amore in pace non è facile per un minorenne. Una soluzione è avere amici giovani sposati che lasciano ogni tanto la casa. O affittare in gruppo un locale tipo scantinato. Attenzione agli alberghi: sulla carta d'identità non deve esserci la vostra età vera, perché sono stati segnalati casi in cui la zelante polizia ha spontaneamente avvisato i genitori che il figlio o la figlia avevano dormito fuori casa.
Quando le difficoltà esterne sono state superate, ci rimangono paure e difficoltà interne:
Cosa succede se un uomo ha il pene troppo piccolo? (o troppo grosso?) Queste paure vengono quando non si ha ancora esperienza e non c'è possibilità di parlare con compagni e amici. La misura del pene non è molto importante, nonostante che barzellette e confronti paranoici possano farlo pensare. Se il pene ha una normale erezione, il problema è solo imparare a fare l'amore con entusiasmo e senza paura. La vagina infatti è un organo elastico, che si adatta alla forma e alla misura del pene. Se l'uomo ha il pene grosso e la donna è piccola e magra (con vagina piccola) è importante essere delicati per non fare male. Ma impariamo a parlare, a dirci cosa sentiamo.
Il problema di venire troppo presto: anche questo dipende solo da esperienza. Quando ci si è masturbati poco, si è usato poco il pene, le prime volte in cui si fa l'amore è molto probabile venire subito o quasi: l'eccitazione è molto forte e non si è abituati a trattenere l'orgasmo per prolungare il piacere. Certe volte si viene ancora prima di riuscire a entrare nella vagina o subito dopo: questo si chiama *eiaculazione precoce*. L'unico modo per superarla è non dare importanza, andare avanti nell'esperienza sessuale e

imparare a prendere sempre piú possesso dei propri organi sessuali, soprattutto toccandoseli e facendoseli toccare.
Se la donna è tesa e ha paura, sente male. Visto che la repressione da cui viene colpita la donna è micidiale, sbloccarsi per lei è molto lento e difficile. Una ragazza non dovrebbe mai accettare di arrivare all'unione sessuale se non si sente pronta; cioè calda, rilassata, eccitata. E questo succede quasi sempre dopo essersi accarezzati, coccolati, toccati a lungo. Quando si sente male mentre il pene entra nella vagina, vuol dire che: 1) non siamo eccitate per niente, perciò la vagina non è inumidita per consentire al pene di entrare facilmente; 2) i muscoli della vagina sono tesi e chiusi magari perché inconsciamente non vogliamo questo rapporto. Imparare a conoscere le reazioni della vagina è importante: possiamo contrarla e rilassarla anche volontariamente (ci si può provare subito, da sedute o in piedi).

«RICONOSCIAMO QUELLO CHE CI PIACE!!!», RIVENDICANO LE SORELLE FEMMINISTE
«Da luogo della violenza e della voluttà la vagina diventa uno dei luoghi per i giochi sessuali... »
(Da *La donna clitoridea e la donna vaginale*, di Carla Lonzi, Scritti di Rivolta Femminile).
Basta con aggredire, penetrare, prendere... Per molte donne le carezze sul corpo, sul seno (specialmente i capezzoli) e sulla clitoride sono molto piú importanti dell'unione sessuale (="coito"). Molte donne vivono la penetrazione come una violenza (perché spesso lo è). Anche le carezze danno fastidio quando non sono tenere ma predatorie, invadenti.
L'unione sessuale in questi casi è sempre aggredire, prendere, penetrare («me la faccio»... «me la scopo»...). Ma anche la donna potrebbe dire «me lo faccio!» e «prendermelo dentro»... BASTA CON LE PARANOIE DI APPROPRIAZIONE E DI POSSESSO! ! !
La preoccupazione di "farla godere". Il massimo di autocoscienza a cui molti compagni sono arrivati è preoccuparsi che lei goda. Ma questa preoccupazione fa diventare nevrotici e ansiosi (verrà o non verrà anche lei? — intanto lei si incazza) perché rimane solo individuale. L'amore si fa e si scopre insieme, reimparando a giocare.
L'uomo spesso continua a dettare ritmi, tempi, prestazioni sessuali a sé e alla donna, invece di lasciar andare il suo corpo con dolcezza, metterlo in sintonia con quello di lei, e stare a vedere cosa succede...
Impariamo a dirci le cose: quando ci fa piacere e quando NO, quando lui o lei sta per venire, che cosa è andato bene o male durante l'amore.

ANCHE LA DONNA DOVREBBE PRENDERE L'INIZIATIVA
Questo lo dice un compagno, Riccardo, 17 anni: «Basta con la storia che lui vuole scopare a tutti i costi e a lei non gliene frega niente... allora non facciamo neanche l'amore, che è meglio... Poi c'è il fatto che lei non ti dirà mai "a me questo sta bene, questo no", non ti fa capire, magari per fare piacere a te, ma cosí viene fuori casino. L'uomo è timido anche lui certe volte e non gli piace di fare il ruolo di Tarzan!».

SENSAZIONI, GIOCO, ORGASMO
Qualsiasi gioco d'amore, genitale, orale (con la bocca), oralgenitale, è naturale, se piace a tutti e due e non è una prevaricazione di uno sull'altro (molti kompagni ti danno dell'inibita e repressa se non stai alle loro pretese — lo sciovinismo non ha limiti, attenzione!).

Qualsiasi posizione è naturale. L'importante è che piaccia a tutti e due. **È importante che lei guidi la mano di lui dove le fa piú piacere e viceversa. Anche l'introduzione del pene nella vagina è una carezza.** La donna muovendo il bacino può aiutare l'uomo ad armonizzare i movimenti e il ritmo in modo da provare una sensazione di caldo piacere.
Ogni posizione e movimento del corpo nel fare l'amore è una "mudra": posizione sacra indiana che ti può aprire le porte dell'estasi e della conoscenza. Il piacere non prende mai la stessa forma, può essere piú o meno profondo, sottile, intenso secondo le persone e soprattutto il tipo di INCONTRO fra le persone.

EROTISMO E TENEREZZA
Noi non conosciamo il nostro corpo, e lo disprezziamo: timbrato dal cristianesimo come carne da macello (desideri della carne, bleah)... Tutta la cultura orientale conosce invece la magia di toccarsi, e la capacità di rilassarti e curarti coi massaggi.
Un massaggio liberato è un libero modo di scambiarsi energia positiva e tenerezza. Possiamo farceli, piano, molto lentamente, senza nessuno scopo finale, se non stare bene adesso, e scoprire le sensazioni che ogni parte del corpo ci rimanda. Prendiamoci tempo, silenzio e finalmente ascoltiamo e rispettiamo i nostri corpi.

I RAPINATORI DELLA NOSTRA DOLCEZZA
Ci hanno rapinato della dolcezza dei nostri corpi. CHI HA SPORCATO IL SESSO, CHI HA SPORCATO IL SESSO, CHI HA SPORCATO IL SESSO, CHI

HA SPORCATO LE NOSTRE MENTI CON DESIDERI COATTI E SENSI DI COLPA? Ci hanno reso cosí difficile toccarci e stringerci, per amicizia e per amore, stare vicini a sentire l'odore della pelle e la nostra morbidezza, senza pensare ad altro, senza **dover a tutti i costi scopare**. Nel cervello condizionato, subito scattano desideri repressi troppo a lungo o tradizionali paure: la spinta ad aggredire e la spinta contraria a sfuggire e difendersi.
Il sesso che abbiamo nel cervello non conosce la tenerezza dei nostri corpi e delle nostre menti.
QUANDO RIUSCIREMO A LIBERARCI DI QUESTO SESSO SPORCATO, AGGRESSIVO-SADICO per l'uomo e PASSIVO-MASOCHISTA per la donna?

SCOPARE NON È FARE LA RIVOLUZIONE
Soprattutto tra i compagni piú giovani, che hanno avuto la fortuna di essere un po' meno repressi e che hanno incominciato a scopare liberamente magari a 14 anni, è facile che il sesso sia stato usato male o sopravvalutato come mezzo di liberazione. Buttar via le vecchie inibizioni merdose è utile, ma è proprio solo un primo passo, che non serve a niente se non si fa il secondo: quello da "scopare" a "fare l'amore".
Il rischio della scopata a catena è delusione, dispersione, scazzamento.
La liberazione sessuale è quella che ti spinge invece a lottare col corpo e la tua mente creativa contro ogni repressione.

Fare l'amore è uno stupefacente, uno psichedelico come acido e fumo, se lo usi col giusto rispetto e con tutta la tua poesia e il tuo desiderio di avere e dare felicità.
La sintonia con altri corpi TI APRE SENSAZIONI COSMICHE, dolcezza e saggezza che milioni di libri non ti possono dare. Il corpo umano di altri fratelli e altre sorelle è una dolce via verso terzi occhi, sesti sensi, serene e bonarie illuminazioni. La rivoluzione psichedelica e l'allargamento della coscienza non passano attraverso il misticismo freddo, moralista, paranoico, ma attraverso la liberazione del PIANETA CORPO UMANO.
[...]